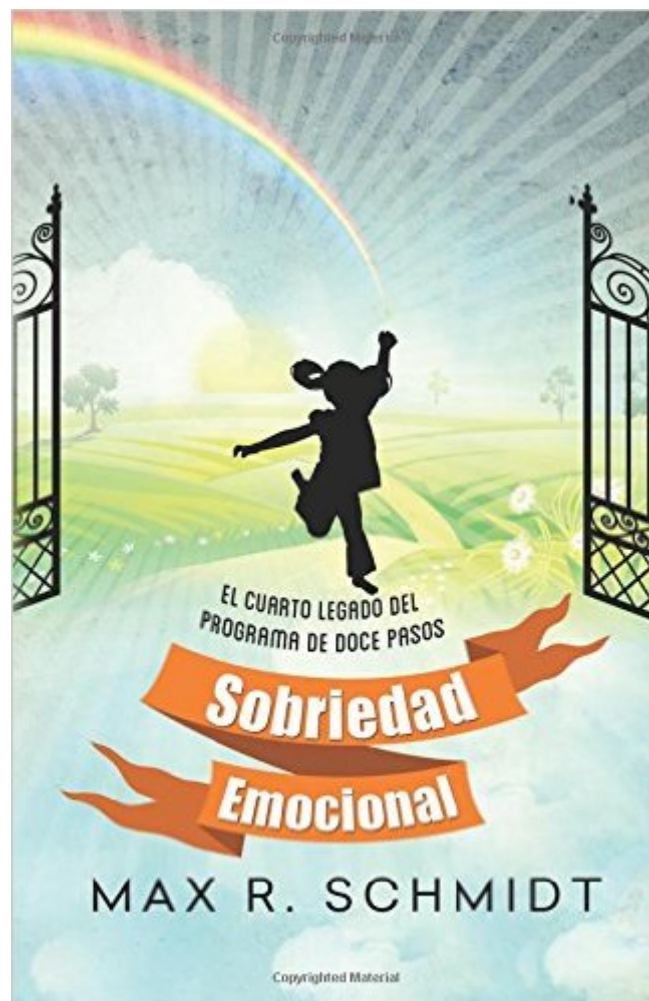


The book was found

Sobriedad Emocional: El Cuarto Legado Del Programa De Doce Pasos (Adultos Niños) (Volume 4) (Spanish Edition)



Synopsis

¿Alguna vez te has puesto a pensar que somos tan felices como lo queremos imaginar? Ve a las personas a tu alrededor y te darás cuenta que todos tenemos mucho que imaginarnos. Lo que sucede en realidad es que la felicidad es la consecuencia de una elección; esto es, elegir con efectividad como usar los pensamientos que fluyen de y hacia nuestra mente. Y de eso trata este libro de sobriedad emocional: enseñarte a cambiar tus pensamientos para que seas útil y alcances la felicidad. Debes comprender que la desdicha no es algo que se produzca fuera de ti. La desdicha proviene de ti mismo, de tu interior. Para decirlo con más claridad, la desdicha es un estado mental, una forma disfuncional de pensar. Los pensamientos torcidos provocan resultados torcidos. Este libro se enfoca en ayudarte a sobreponerte a los pensamientos torcidos repetitivos. Del mismo modo que las terapias y la medicina alternativa sanan tu cuerpo, la mente se sana adoptando pensamientos alternos diferentes.

Book Information

Series: Adultos Niños

Paperback: 176 pages

Publisher: CreateSpace Independent Publishing Platform (November 24, 2014)

Language: Spanish

ISBN-10: 1503367886

ISBN-13: 978-1503367883

Product Dimensions: 5.5 x 0.4 x 8.5 inches

Shipping Weight: 10.1 ounces (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: 5.0 out of 5 stars See all reviews (1 customer review)

Best Sellers Rank: #468,181 in Books (See Top 100 in Books) #8 in Books > Libros en español > Padres y familia > Crianza > Adolescentes #338 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Psicología y Consejería - a #837 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Auto-Ayuda

Customer Reviews

excelente libro! tengo varios libros del Max Schmidt. el tiene la capacidad a explicar como las emociones son tan fuertes en nuestro camino de sanidad.

[Download to continue reading...](#)

Sobriedad Emocional: El cuarto legado del programa de Doce Pasos (Adultos Niños) (Volume 4)

(Spanish Edition) Camino al Corazón: Los Doce Pasos de Recuperación de los Adultos Niños (Volume 2) (Spanish Edition) Adultos Niños: Hijos de Familias Disfuncionales o con Problemas por el Abuso de Sustancias (Adultos Niños) (Volume 1) (Spanish Edition) Inteligencia Emocional ¡Ya! Cómo aprender Inteligencia Emocional con técnicas y aplicaciones: Manual práctico de Inteligencia Emocional (PNL YA nº 3) (Spanish Edition) Sabiduría Emocional: Un reencuentro con las fuentes naturales del bienestar y la salud emocional (Biblioteca Walter Riso) (Spanish Edition) Educación Emocional en el hogar. Imágenes para reflexionar 1: Educamos para la VIDA (Colección EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL HOGAR) (Volume 2) (Spanish Edition) Libros Para Colorear Para Adultos: Mandala Indio Páginas Para Colorear (Libros de Mandala Intrincados Para Adultos) Volumen 7 (Spanish Edition) Libros para niños: "El mono afortunado" (Libro de imágenes ilustradas para niños de 2 a 8 años.) (Spanish Edition), Enseña a tu hijo el valor de pensar ... sociales para la colección de niños nº 5) Los 7 hábitos de los niños felices: ¡Visita a la pandilla de Los 7 Robles y descubre cómo cada niño o puede ser un niño o feliz! (Spanish Edition) Pokemon Libro de Colorear para niños Volume 2: En este tamaño A4 del libro de colorear, hemos capturado 76 criaturas capturables de Pokemon Go para que ... De Colorear Para Niños (Spanish Edition) Despierta La Inteligencia Emocional en Los Niños (Practilibros) (Spanish Edition) El huerto ecológico del convento/ The Ecological Garden of the Convent: Para los doce meses del año/ For the Twelve Months of the Year (Pequeñas Joyas/ Small Gems) (Spanish Edition) Libros En Español Para Niños: Rimas Divertidas del Cuerpo: Libro Educativo En Español Para Niños (Spanish Edition) La Realidad del Ser. El cuarto camino de Gurdjieff (Spanish Edition) El Legado del Derecho Romano: Más Allá del Derecho Civil (Spanish Edition) Los 7 pasos para ser más feliz: Cómo liberarte del estrés, las preocupaciones y las angustias del pasado (Spanish Edition) Clean: El programa revolucionario para restaurar la capacidad natural autocurativa del cuerpo (Spanish Edition) El Programa Completo de Entrenamiento de Fuerza para Nadadores: Aumente su resistencia, velocidad, agilidad, y fortaleza, a través del entrenamiento ... y una nutrición apropiada (Spanish Edition) Basta de historias! La Obsesión Latinoamericana con el Pasado y las Doce Claves del Futuro (Spanish Edition) Las Doce Capas del ADN (Kryon nº 12) (Spanish Edition)